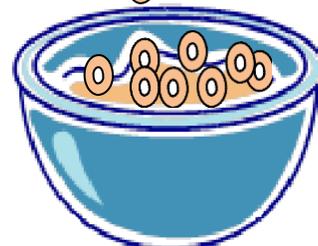
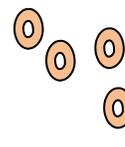
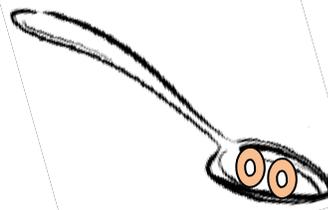


# En una “cáscara”

## Estándares nutricionales y requisitos de patrón de comidas

### Para el Programa de Desayuno Escolar (SBP)

En vigor el 1 de julio de 2014



### Planificación de Menú Basado en los Alimentos (FBMP) necesaria

- Grupos de edad/curso: K-5; 6-8; 9-12 (opcional K-8, K-12, 6-12)

### Especificaciones dietéticas:

- Rangos de calorías semanales: Mínimos y máximos
  - K-5: 350-500 kcal
  - Opcional K-8: 400-500 kcal
  - 6-8: 400-550 kcal
  - Opcional K-12: 450-500 kcal
  - 9-12: 450-600 kcal
  - Opcional 6-12: 450-550 kcal
- Grasas saturadas semanales: <10% del total de calorías (estándar actual).
- Límite mensual de sodio: objetivo 1 en vigor el 1 de julio de 2014.
  - K-5: ≤ 540 mg; 6-8: ≤ 600 mg; 9-12: ≤ 640 mg
- Cero gramos de grasas trans por porción (< 0,5 gramos/ración) – excluye las grasas trans naturales.

### Componentes

#### Leche

- Debe ofrecerse una variedad de leche baja en grasas (sin sabor) o sin grasas (con sabor o sin sabor).

#### Fruta/Verdura

- Es necesario un mínimo de 1/8 de taza de fruta o verdura por ración para acreditar.
- Debe ofrecerse 1 taza de fruta o verdura diariamente.
- Formas frescas, congeladas, enlatadas, secas y zumos permitidos:
  - Congelados: Con o sin azúcares añadidos.
  - Enlatados: Sólo en agua, sirope ligero o zumo.
  - Secos: Acredita como el doble del volumen servido (1/8 de taza de pasas = 1/4 de taza de fruta).
  - Zumo: Debe ser pasteurizado, 100% puro.
- No más de la mitad de proposiciones de frutas semanales pueden ser en forma de zumo.
- Pueden ofrecerse verduras en lugar de fruta, o una combinación de fruta y verdura para cumplir el requisito.
  - Si elige sustituir las verduras por fruta, deben planificarse al menos 2 tazas de verduras sin almidón de los subgrupos verde oscuro, rojo/naranja, judías/guisantes u “otras verduras” durante la semana antes de poder contar una verdura con almidón en el patrón de comidas.

#### Cereales

- Es necesario un mínimo equivalente a 0,25 onzas (oz eq) por ración para acreditar.
- El mínimo diario de 1 oz eq debe cumplirse en todos los grupos de edades/cursos.
- Los mínimos semanales varían según el grupo de edad/curso (K-5: 7 oz eq; 6-8: 8 oz eq; 9-12: 9 oz eq)
- Deben usarse los nuevos estándares de equivalencia de onza (16 gr = 1 oz eq).
  - Referencia: Muestra A actualizada ([http://fns.dpi.wi.gov/files/fns/pdf/exa\\_fbg.pdf](http://fns.dpi.wi.gov/files/fns/pdf/exa_fbg.pdf)).
- ★ Rico en cereales:
  - Todos los cereales acreditados hacia el patrón de comidas deben ser ricos en cereales a fecha de 1 de julio de 2014.

### *Carne/Sustituto de carne (M/MA)*

- NO es necesario ofrecer productos de carne/sustitutos de carne. Por lo tanto, no hay mínimos o máximos diarios/semanales.
- Las SFA tienen la discreción de acreditar artículos M/MA como alimentos de “cereales” o “extra”.
  - Las SFA deben servir el mínimo diario de 1 oz eq de cereal *verdadero*.
- M/MA como ‘cereal’:
  - Cuenta como requisito semanal de cereales.
  - Cuenta como artículo bajo oferta frente a ración.
  - Incluido en las especificaciones dietéticas (calorías, grasas saturadas, grasas trans)
- M/MA como un ‘extra’:
  - No cuenta en el requisito semanal de cereales.
  - No cuenta como artículo bajo oferta frente a ración.
  - Incluido en las especificaciones dietéticas.

### **Planificación del menú**

- Todas las proposiciones deben cumplir los requisitos diarios mínimos de los tres componentes del desayuno (leche, fruta, cereales).
- Debe cumplirse el rango semanal de cereales:
  - La suma de todas las proposiciones diarias mínimas cumple al menos el requisito semanal mínimo.
- El análisis nutritivo debe pesarse según los números estimados.
  - Incluye todos los alimentos (es decir, condimentos, extras, etc.) a los que tienen acceso los estudiantes como parte de la comida reembolsable.

### **Oferta frente a ración (OVS)**

- OVS es opcional para todos los grupos de edades/cursos.
- Si existe un OVS, la SFA debe ofrecer al menos cuatro alimentos y los estudiantes deben seleccionar al menos tres alimentos para una comida reembolsable.
- Los tres componentes deben ofrecerse en al menos las cantidades requeridas.
- Artículos frente a elecciones
  - Alimentos = un alimento específico ofrecido dentro de los componentes de alimentos en la cantidad diaria mínima requerida que puede tomar un niño (1 taza de leche, 1 oz eq de cereales, ½ taza de fruta).
    - El planificador del menú tiene la discreción de contar cereales grandes (ej. una bagel de 2 oz eq) como 1 alimento o 2 alimentos.
  - Elecciones = ofrecer una variedad para dar a los estudiantes la posibilidad de elegir entre diferentes opciones.
    - Ejemplo: Si ofrece elecciones de fruta, puede ofrecer ½ taza de zumo de naranja, ½ taza de melocotones y ½ taza de compota de manzana.
    - Depende del planificador del menú decidir cuántas de las elecciones ofrecidas pueden tomar los estudiantes según el menú planificado (ej. 1 leche, 1 cereal y 2 frutas).
- No hay requisitos de que un estudiante seleccione leche bajo el OVS.
- *Todos los estudiantes deben seleccionar al menos ½ taza de fruta, verdura o combinación de fruta/verdura para un componente de comida reembolsable desde el 1 de julio de 2014.*

★ Las etiquetas CN o las declaraciones de ingredientes del producto del fabricante son necesarias para documentar el cumplimiento.

